

Sauce aux Tomates Fraîches & Basilic By Cath

 Cooking By Cath

☆☆☆☆☆
Soyez le premier à voter !

A REALISER EN AMONT : [Coulis de Tomates Fraiches au Companion.](#)

Cette sauce aux tomates fraiches a pour base la recette de mon [coulis de tomates fraiches au Companion](#). La durée de cuisson étant assez longue, pour optimiser celle-ci ainsi que ma consommation énergétique, j'en réalise toujours la quantité maximale que peut accueillir la cuve XL du Companion (3 kgs de tomates). J'utilise ensuite [le coulis](#) soit pour réaliser plusieurs recettes dans la semaine, soit je le stérile. Il est également possible de le congeler.

L'ajout de sucre est facultatif mais je tiens juste à préciser que celui-ci permet d'atténuer l'acidité naturelle des tomates.




Préparation
15 min


Cuisson
30 min


Durée totale
45 min

 Nombre : 500 ml environ

MATERIEL

- [ROBOT COMPANION](#)
- [ULTRABLADE](#)
- [MELANGEUR](#)

INGREDIENTS

- [Coulis de tomates fraiches](#) (1/3 du [Coulis de tomates](#) réalisé avec 3 kgs de tomates bien mûres)
- 1 poivron rouge
- 1 oignon (gros)
- 2 gousses d'ail
- 3 branches basilic (Ou 2 Tbsp **[1]** si déshydraté)
- 4 Tbsp [huile olive](#) (**[1]**)
- 1 Tbsp [paprika](#) (**[1]**)
- 1 Tbsp sucre (facultatif **[1]**)
- 1 pointe de couteau piment d'Espelette
- 1/8 tsp Sel (**[1]**)
- Poivre

PREPARATION

Étape 1

1. **ATTENTION** : Conserver les épluchures de l'ail et de l'oignon, les branches de basilic et la peau du poivron
2. Laver le poivron et le basilic.
3. Eplucher l'oignon **[2]** et le couper grossièrement.
4. Eplucher les gousses d'ail **[2]** et ôter leurs germes **[3]**
5. Equeuter le basilic
6. [Monder le poivron](#) **[4]**
7. Oter le pédoncule du poivron, couper le poivron en deux, ôter les pépins puis le couper grossièrement.

Étape 2

1. Positionner l'Ultrablade dans la cuve du robot.
2. Ajouter l'oignon et les gousses d'ail.
3. Fermer le couvercle et lancer le robot : Vitesse 12 pendant 10 secondes.

Étape 3

1. Rassembler la préparation puis ajouter le basilic

Attention, l'Ultrablade aux lames très tranchantes étant présent dans la cuve, utiliser une spatule en bois au lieu de la spatule fournie avec le Companion pour éviter d'endommager celle-ci.

2. Fermer le couvercle et lancer le robot : Vitesse 12 pendant 10 secondes.

Étape 4

1. Oter l'Ultrablade (le garder à proximité) et le remplacer par le mélangeur.
2. Rassembler la préparation au centre de la cuve.
3. Ajouter l'huile d'olive, le paprika et le sucre.
4. Fermer le couvercle, **ôter le bouchon** et lancer le robot avec un **programme Slow Cook P1** .

Étape 5

1. Remplacer le mélangeur par l'Ultrablade (garder le mélangeur à proximité)
2. A l'aide de la spatule en bois, rassembler les ingrédients au centre de la cuve.
3. Ajouter le poivron et le coulis de tomates fraîches.
4. Fermer le couvercle, **remettre le bouchon** et lancer manuellement le robot à la vitesse 13 (mode pulse) pour une durée de 20 secondes.

Étape 6

1. Oter l'Ultrablade et le remplacer par le mélangeur.
2. Rassembler la préparation avec la spatule.
3. Ajouter le piment d'Espelette, saler et poivrer
4. Verrouiller le couvercle et **positionner le bouchon couché au-dessus de son orifice** pour éviter les projections brûlantes
5. Lancer le robot avec le **programme Slow Cook P3**

Étape 7

1. *Patience quelques instants avant d'ouvrir le couvercle pour éviter les projections brûlantes.* Vérifier l'assaisonnement et rectifier si besoin.
2. Verrouiller le couvercle (bouchon couché au-dessus de l'orifice).

Relancer le robot à la vitesse 3 à 130°C pendant 5 minutes afin de faire réduire la sauce

Poursuivre par palier de 5 minutes supplémentaires si besoin afin de réduire le volume de moitié.

NOTES

☆☆☆☆☆☆

[1]

Astuces Micromesures en cuisine (norme anglosaxonne) :

1/8 tsp = 0.62 ml	3/4 tsp = 3.75 ml	1/2 Tbsp = 7.5 ml
1/4 tsp = 1.25 ml	1 tsp = 5.00 ml	1 Tbsp = 15 ml
1/2 tsp = 2.50 ml		

☆☆☆☆☆☆

[2]

Astuces Zero déchet

Le saviez-vous ?
Même les épluchures d'ail, d'oignons ou d'échalotes peuvent être réutilisées pour parfumer bouillon ou soupe. Emprisonnées dans une mousseline, vous pourrez les ôter facilement en fin de cuisson

☆☆☆☆☆☆

[3]

Astuces Quesaco

Pourquoi ôter le germe des gousses d'ail ?

- 1- Il a un goût amer
- 2- Il est indigeste et peut occasionner des aigreurs d'estomac
- 3- Il renforce la mauvaise haleine par une libération d'éléments riches en soufre

☆☆☆☆☆☆

[4]

Astuces Monder un poivron :

Plonger le poivron dans de l'eau bouillante pendant une dizaine de secondes. Eplucher ensuite facilement le poivron.

☆☆☆☆☆

Cette sauce sert de base pour de nombreuses recettes, c'est le cas notamment :

BOULETTES DE BŒUF & SAUCE AUX TOMATES FRAICHES & BASILIC



☆☆☆☆☆



☆☆☆☆☆

METHODES COMMUNES AUX COULIS, SAUCE ET CONCENTRE DE TOMATES

Conservation au frigo, 2 à 3 jours dans une bouteille ou un bocal en verre.

Congélation possible puis conservation jusqu'à 6 à 8 mois. Utiliser des contenants adaptés aux doses dont vous aurez besoin :

o Astuce - Doses portionnables :

Utiliser dans des bacs à glaçons avec couvercle. Une fois congelés, vous pouvez démouler les glaçons et les stocker dans un sac congélation, sans trop serrer pour les détacher facilement.

o Alternative :

Pots de yaourt ou boîtes fermant hermétiquement.

Stérilisation : 30 minutes à 100°C puis conservation 12 à 18 mois.

Utiliser des petits bocaux en verre de la taille d'un pot de yaourt

Mon conseil

Privilégier la stérilisation à la congélation pour conserver efficacement votre coulis de tomates. Au congélateur, le givre risque de modifier la consistance de celui-ci en le rendant plus liquide.

☆☆

Rejoignez une communauté de Passionnés : www.passionsbycath.fr



@Copyright : Reproduction interdite sans accord préalable

☆☆